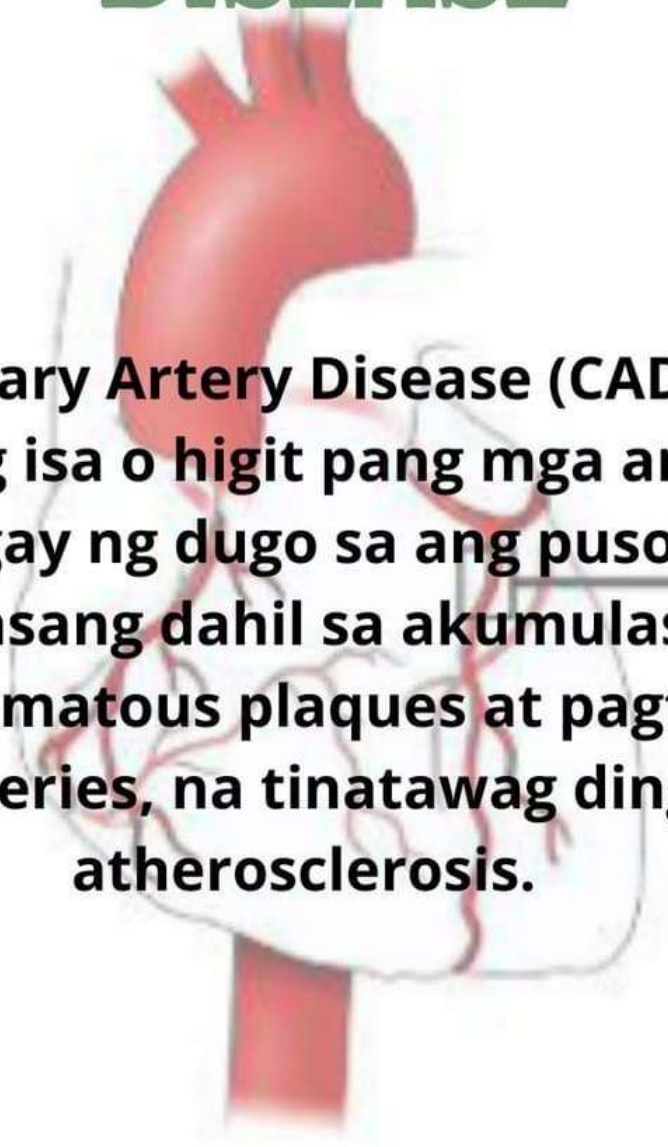


MEDICAL BULLETIN
DECEMBER 2022

CORONARY ARTERY DISEASE



Ang Coronary Artery Disease (CAD) ay ang pagbara ng isa o higit pang mga arterya na nagbibigay ng dugo sa ang puso. to ay kadalasang dahil sa akumulasyon ng atheromatous plaques at pagtigas ng arteries, na tinatawag ding atherosclerosis.

DECEMBER 2022

FAQS

Q: Ano ang mga sanhi ng Coronary Artery Disease?

Nagmamamana, mataas na kolesterol sa dugo, paninigarilyo, Diabetes, obesity, altapresyon, high-fat diet, kulang sa ehersisyo, emotional stress.

Q: Ano ang mga sintomas ng Coronary Artery Disease?

- Cardiac arrest
- Pananakit/kahirapan sa dibdib na maaaring lumaganap sa balikat, braso, leeg, panga, o likod (karaniwang kaliwang bahagi) at malamang na lumala sa panahon ng pisikal na aktibidad/pag-eehersisyo.
- Kinakapos na paghinga
- Palpitations (mabilis o malakas na tibok ng puso)
- Hindi regular na pagtibok ng puso
- Pagkahilo o nanghihina

Q: Paano ito maiiwasan?

Ang pagbabago sa pamumuhay ay ang pinakamabisang paraan upang maiwasan ang sakit sa puso. Kumain ng malusog/balanseng diyeta, magsagawa ng regular na pisikal na aktibidad, bawasan ang pag-gamit ng taba, ibaba ang kolesterol sa dugo, kontrolin ang mataas na presyon ng dugo at diabetes, tumigil sa paninigarilyo, bawasan ang pag-inom ng alak.

